

**PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi  
Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8  
Surakarta**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana (S1) Psikologi**



**Oleh:**

**NELLA AULIA ASYADAH**

**F100130114**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2017**

**PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi  
Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8  
Surakarta**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh :

**NELLA AULIA ASYADAH**

**F.100130114**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2017**

**PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi  
Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8  
Surakarta**

Diajukan Oleh :

**NELLA AULIA ASYADAH**

**F.100130114**

Telah disetujui untuk dipertahankan  
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :



**Usmi Karyani S.Psi, M.Si, Psi**

Surakarta, 26 Juli 2017

**PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi  
Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8  
Surakarta**

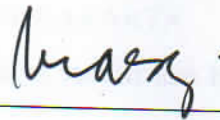
Yang diajukan oleh:

**NELLA AULIA ASYADAH**  
**F.100130114**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan penguji  
Pada tanggal, 04 Agustus 2017  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

**Usmi Karyani, S.Psi., M.Si, Psi**



Penguji Pendamping I

**Dra. Partini, M.Si**



Penguji Pendamping II

**Drs. Daliman, S.U**



Surakarta, 04 Agustus 2017  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Fakultas Psikologi

Dekan



**Dr. Moordiningsih, M.Si, Psi.**

NIK. 876

## SURAT PERNYATAAN

### Bismillahirrohmanirrohim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nella Aulia Asyadah  
NIM : F100130114  
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Jenis : SKRIPSI  
Judul : PERILAKU MENCARI BANTUAN PADA SISWA YANG  
TERINDIKASI MENGALAMI MASALAH EMOSIONAL DI  
SMP MUHAMMADIYAH 8 SURAKARTA

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 04 Agustus 2017

Yang menyatakan



Nella Aulia Asyadah

F.100130114

## **MOTTO**

“Mulai” adalah kata yang penuh kekuatan. Cara terbaik untuk menyelesaikan sesuatu adalah, “mulai”. Tapi juga mengherankan, pekerjaan apa yang dapat kita selesaikan kalau kita hanya memulainya.

(Clifford Warren)

Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum Hingga mereka berusaha untuk mengubah kedaaannya sendiri

(Q.S: Ar-Ra’d: 11)

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini penulis persembahkan untuk :

1. Ibu, Ayah dan kakak tercinta
2. Keluarga besar yang penulis sayangi.
3. Teman-teman penulis
4. Almamater Fakultas Psikologi yang penulis banggakan.

## KATA PENGANTAR

*Assalammu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh*

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, segala puji bagi Allah SWT yang telah menganugerahkan rahmat dan nikmat-Nya, sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini melibatkan banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu, dengan segala hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Moordiningsih, M.Si, Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Ibu Usmi Karyani S.Psi, M.Si, Psi, selaku pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan masukan dan nasihat selama ini dengan penuh kesabaran untuk menghasilkan karya yang terbaik.
3. Ibu Dra. Partini, M.Si, dan Bapak Drs. Daliman, SU selaku dewan penguji yang telah memberikan nasihat, saran, dan doa yang bermanfaat dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Setiyo Purwanto, S.Psi. Msi, selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan tauladan selama menempuh studi.



5. Ibu Shofiyah, ayah Ngatimin, kakak Sidik Desuarga. Terimakasih telah menjadi motivasi, inspirasi dan dukungan serta do'a yang tiada henti untuk penulis.
6. Terimakasih teman seperjuangan dalam penelitian payung Lilis dan Desca. Serta Yuniar, Bella, Rizka, Dewi, Dhini, Qonita, dan Euis rekan bimbingan yang sudah menjadi teman diskusi selama penulis menyusun skripsi ini.
7. Teruntuk Dias, Nurul dan teman spesial terima kasih selalu memberikan semangat dan doa setiap saat.
8. Terimakasih keluarga besar asisten mata kuliah Praktikum Pengelolaan Tes Psikologi periode 2016-2017 yang memberi semangat penulis.
9. Teman-teman angkatan 2013 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, terimakasih atas pertemanan yang sudah terjalin selama ini.
10. Seluruh informan dan pihak sekolah yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan jawaban kepada peneliti.

*Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh*

Surakarta, 04 Agustus 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK .....	xv
ABSTRACT .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Masalah Emosional dan Kesehatan Mental Remaja .....	9
1. Kesehatan mental .....	9

a. Definisi kesehatan mental .....	9
b. Faktor gangguan mental .....	10
2. Masalah emosional .....	11
a. Definisi masalah emosional .....	11
b. Jenis masalah emosional .....	12
c. Dinamika masalah emosional .....	13
d. Faktor masalah emosional .....	13
3. Remaja .....	14
a. Definisi remaja .....	14
b. Ciri-ciri remaja .....	15
c. Tahap perkembangan remaja .....	16
d. Tugas perkembangan remaja .....	18
B. Perilaku Mencari Bantuan .....	21
1. Definisi perilaku mencari bantuan .....	21
2. Faktor- faktor dalam mencari bantuan .....	21
3. Dimensi perilaku mencari bantuan .....	27
4. Jenis perilaku mencari bantuan .....	30
C. Perilaku Mencari Bantuan Siswa yang Terindikasi Masalah Emosional .	32
D. Pertanyaan Penelitian .....	34

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Gejala Penelitian .....	35
B. Definisi Operasional Penelitian .....	35

C. Informan Penelitian.....	36
D. Metode Pengambilan Data .....	37
E. Uji Keabsahan Data.....	38
F. Analisis Data .....	40
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN</b>	
A. Persiapan Penelitian .....	42
1. Orientasi Lapangan .....	42
2. Alat pengumpulan data .....	44
B. Pelaksanaan Penelitian .....	45
1. Penentuan informan penelitian .....	45
2. Karakteristik informan penelitian .....	47
3. Prosedur penelitian.....	47
C. Analisis Data .....	50
D. Pembahasan .....	59
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	66
B. Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

Table 1. Panduan Wawancara .....	39
Table 2. Karakteristik Informan Penelitian .....	47
Table 3. Jadwal pelaksanaan pengambilan data.....	51
Table 4. Rangkuman Analisis wawancara .....	59

## **Daftar Lampiran**

Lampiran 1.	Guide wawancara .....	74
Lampiran 2.	Verbatim Informan .....	75
Lampiran 3.	Informed Consent Kepala Sekolah.....	108
Lampiran 4.	Informed Consent Informan .....	109
Lampiran 5.	Member Checking Informan .....	116
Lampiran 6.	Surat Izin Penelitian .....	125
Lampiran 7	Pusat Olah Data .....	126

# **PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8 Surakarta**

Nella Aulia Asyadah  
Usmi Karyani  
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
nellaaulia33@gmail.com

## **ABSTRAK**

Masalah emosional merupakan suatu kendala yang dirasa tidak nyaman bagi seseorang yang menyebabkan rasa kecewa, sedih maupun putus asa. Dari hasil penelitian yang dilakukan di Semarang mendapatkan hasil bahwa sekitar 11,6% remaja SMP mengalami masalah mental dan emosional yang berkaitan dengan depresi serta gangguan emosi. Masalah yang muncul seperti kecemasan, kehilangan harapan dan lain-lain menyebabkan remaja menyelesaikan masalah dengan cara sesuai dengan pemahaman yang dimiliki. Timbulnya masalah tersebut menyebabkan seseorang kurang mampu mengontrol tindakan yang dilakukan dalam menyikapi sesuatu sehingga diharapkan dapat diselesaikan dengan sesegera mungkin. Sehingga remaja butuh bimbingan dari orang tua maupun pihak profesional seperti psikolog, guru BK dalam menyelesaikan masalahnya. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan tentang perilaku mencari bantuan pada siswa yang mengalami masalah emosional. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan strategi naratif deskriptif. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur terhadap 6 informan yang terindikasi masalah emosional dengan level tinggi atau *high need (HN)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah yang dihadapi oleh siswa SMP yang terindikasi *emotional problem* adalah 83,33% pertemanan; 33,33% pertengkarannya dengan saudara; 16,66% ketahuan main; 16,66% tidak mengerjakan tugas; 16,66% dan pulang malam; 16,66%. Pihak-pihak yang terlibat dalam memunculkan masalah adalah teman sebaya, saudara serta orangtua. Sedangkan tempat terjadinya masalah pertemanan berada di lingkungan sekolah dan lingkungan bermain. Perilaku mencari bantuan pada siswa yang terindikasi masalah emosional apabila ditinjau dari sumber mencari bantuan secara informal (ibu, nenek, kakak, dan teman) dan semi-formal (guru). Jenis perilaku mencari bantuan yang digunakan ada 2, yakni adaptif dan eksekutif.

**Kata Kunci :** siswa SMP, masalah emosional, perilaku mencari bantuan.

**PERILAKU Mencari Bantuan pada Siswa yang Terindikasi  
Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8  
Surakarta**

Nella Aulia Asyadah  
Usmi Karyani  
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
nellaaulia33@gmail.com

**ABSTRACT**

Emotional problems are an obstacle that is uncomfortable for someone, makes disappointment, sadness or despair. Results of research in Semarang show that about 11.6% of junior high school students has experienced mental and emotional problems associated with depression and emotional. Problems that arise such as anxiety, loss of hope, etc make teenagers try to solve them with their own understanding. Those problems came make somebody couldn't control their act to solve them, and expecting to be solved as soon as possible. Therefore teenagers need guidance from parents and professional parties such as psychologists, guidance and counseling's teacher to solve their problems. The purpose of this study is to describe the help-seeking among students who has been experienced emotional problems. The method used in this research is qualitative narrative descriptive approach. The method of this study was semi structure interview with 6 informants who has been experienced emotional problems with high level or high need (HN). The result shows that the problems faced by junior high school students who indicated emotional problems were 83.33% friendship; 33.33% quarrels with relatives; 16.66% got caught playing; 16.66% didn't do homework; 16.66% and come home late at night; 16.66%. The part who involved to appear emotional problems were peers, relatives, and parents. They were got emotional problems at school and playground. Help-seeking behavior according sources of help were informal (mother, grandparents and friends) and semi-informal (teachers). The type of help-seeking behavior were two, they were adaptive and executive.

**Keywords:** student of secondary school, emotional problems, help-seeking behavior